Bedienungsanleitung
User Guide
Mode d'emploi

muv•man®

DE

Herzlichen Glückwunsch!

Sie haben sich mit dem „muvman“ für gesundes und aktives VarioSitzen entschieden. Auf den folgenden Seiten haben wir die wichtigsten Informationen für Sie zusammengefasst. Sollten Sie Fragen haben, rufen Sie uns bitte an oder besuchen Sie uns auf unserer Webseite www.aeris.de.

UK

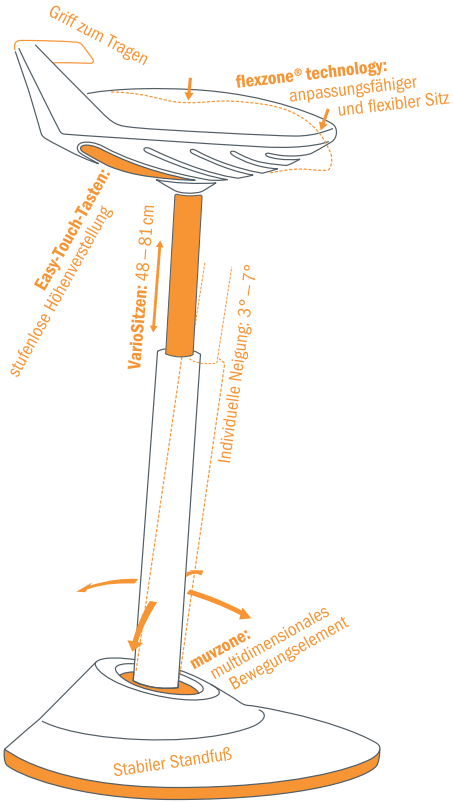
Congratulations!

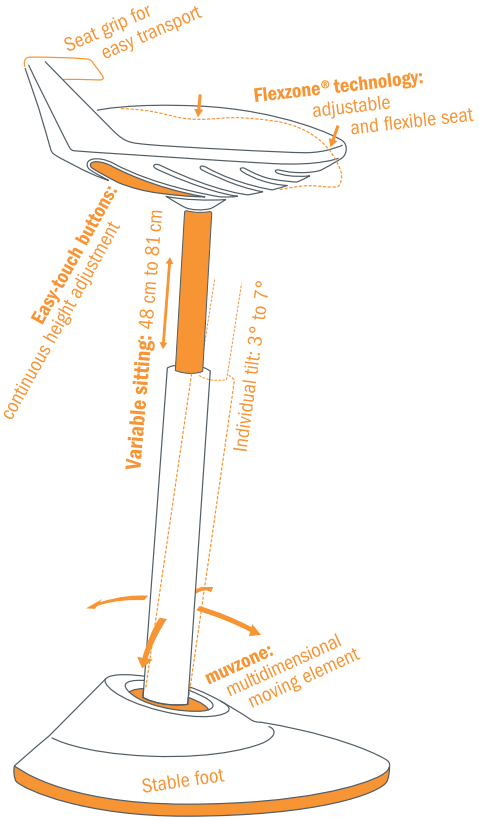
With the “muvman” you have chosen healthy, active, variable sitting. This document is a brief guide to all you need to know about your “muvman”. If you have any further questions, please don’t hesitate to call us or visit our website at www.aeris.de.

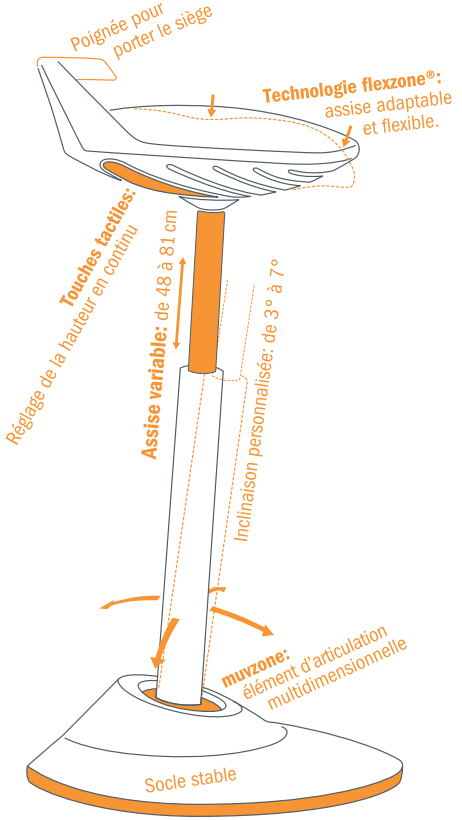
FR

Félicitations !

Vous avez choisi le « muvman » pour une assise variable, saine et active. Ce livret contient les principales informations pour votre confort. Si vous avez des questions, n’hésitez pas à nous appeler, ou consultez notre site web www.aeris.de.




Seat grip for easy transport
Flexzone® technology: adjustable and flexible seat
Easy-touch buttons: continuous height adjustment
Variable sitting: 48 cm to 81 cm
Individual tilt: 3° to 7°
muvzone: multidimensional moving element
Stable foot


Poignée pour porter le siège
Technologie flexzone®: assise adaptable et flexible.
Touches tactiles: Réglage de la hauteur en continu
Assise variable: de 48 à 81 cm
Inclinaison personnalisée: de 3° à 7°
muvzone: élément d'articulation multidimensionnelle
Socle stable

DE

Bedienungsanleitung

	Seite
Technische Daten	7
Montage	8
Gleitfüße	10
Einstellungen	12
VarioSitzen	18
Pflege	22
Garantie	25

UK

User Guide

	Page
Technical Data	7
Assembly	8
Gliders	10
Settings	12
Variable Sitting	18
Care	22
Guarantee	25

FR

Instructions d’utilisation

	Page
Données techniques	7
Montage	8
Patins	10
Réglages	12
Assise variable	18
Entretien	22
Garantie	25

Technische Daten

Sitzhöhe:	48–81 cm
Gewicht:	6,2 kg
Standfuß:	Ø 38 cm
Neigungswinkel:	einstellbar von 3°–7°
Sitz:	Flocktechnologie, flexzone® technology

Technical Data

Seat height:	48–81 cm
Weight:	6,2 kg
Foot:	38 cm dia
Tilt angle:	Adjustable from 3°-7°
Seat:	High-tech fibre flocking, flexzone® technology

Données techniques

Hauteur d’assise :	48–81 cm
Poids :	6,2 kg
Socle :	Ø 38 cm
Angle d’inclinaison :	réglable de 3° à 7°
Assise :	Flocage en fibre haute, technologie flexzone®

DE

So montieren Sie Ihren „muvman“

- Stecken Sie die Mittelsäule, wie abgebildet, in die konische Öffnung des Standfußes.
- Nehmen Sie den Sitz und stecken Sie diesen auf das obere Ende der Mittelsäule.
- **Wichtig:**
  Setzen Sie sich nach dem Aufbau des „muvman“ ein paar Mal kräftig hin, damit die konischen Verbindungen fest zusammengefügt werden.

UK

How to assemble your “muvman”

- Insert the spring strut into the conical opening of the foot.
- Place the seat on the top end of the spring strut.
- **Important:**
  Sit down forcefully a few times on the “muvman” to ensure that the conical connections are joined together properly.

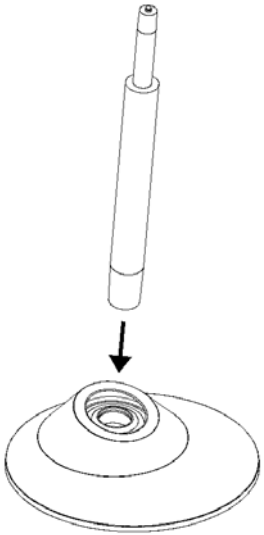
FR

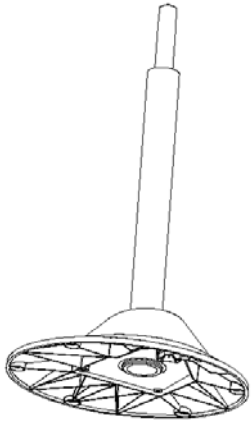
Comment monter votre « muvman »

- Introduire la colonne médiane dans l’orifice conique du socle.
- Puis insérer l’assise à l’extrémité de la colonne.
- **Important:**
  S’asseoir ensuite plusieurs fois vigoureusement sur le « muvman » ainsi assemblé, pour assurer la connexion des assemblages coniques.

DE Sitz
UK Seat
FR Assise

DE Mittelsäule
UK Spring strut
FR Colonne médiane





DE Standfuß
UK Foot
FR Socle

DE

Gleitfüße

So, wie der „muvman“ ausgeliefert wird, ist er nach dem Aufbau sofort einsatzfähig für den Gebrauch auf textilen Böden (Teppich, Filz o. ä.). Für den Einsatz auf glatten Böden (Stein, Fliesen, Parkett, Kork, PVC u. ä.) empfehlen wir Ihnen, die beigefügten Gummipads zu montieren. Wie leicht das geht, sehen Sie auf der Abbildung rechts.

UK

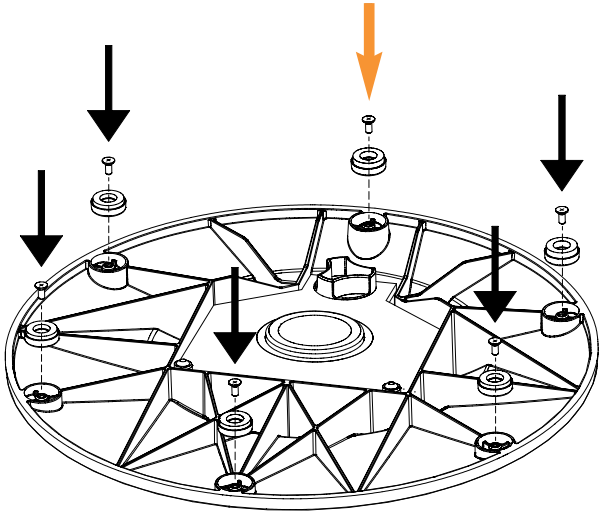
Gliders

Once you have assembled the “muvman” as delivered it is ready for use immediately on textile-covered floors (carpet, felt etc.). For use on smooth floor surfaces (stone, tiles, parquet, cork, PVC and the like) we recommend fitting the special rubber pads provided.
The figure on the right shows how easy it is.

FR

Patins

Le socle du « muvman » est adapté en usine à l’utilisation immédiate sur des sols textiles (moquettes, tapis, etc.). Pour les sols lisses (pierre, carrelage, parquet, liège, PVC, etc.) il est conseillé de monter les patins de caoutchouc fournis avec le « muvman ».
Le montage est très simple, voir figure ci-contre.



DE Setzen Sie die Gummipads in die dafür vorgesehenen, runden Öffnungen an der Unterseite des Standfußes. Schrauben Sie die Gleiter mit Hilfe eines Kreuzschlitzschraubendrehers fest.

UK Insert the rubber pads in the round openings provided on the underside of the foot. Fasten the gliders with the Phillips screws provided.

FR Insérez les patins dans les orifices prévus à cet effet sur la face inférieure du socle. Vissez fermement les patins à l’aide d’un tournevis cruciforme.

DE

So stellen Sie Ihren „muvman“ richtig ein

1. Die Höhenverstellung
An der Unterseite des Sitzes befinden sich die Easy-Touch-Tasten für die stufenlose Höhenverstellung. Die richtige Einstellung der Sitzhöhe hängt von folgenden Parametern ab:

- Ihrer Beinlänge
- Der Höhe der Arbeitsplatte
- Der auszuführenden Tätigkeit

UK

How to adjust your “muvman”

1. Height
Easy-touch buttons are provided under the seat for continuous height adjustment. The correct sitting height depends on the following parameters:

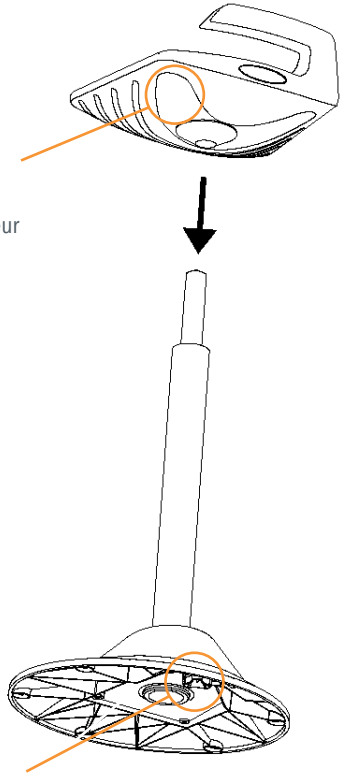
- Your leg length
- The height of the worktop
- Your activity

FR

Comment régler le « muvman »

1. Réglage en hauteur
Sur la face inférieure du siège se trouvent deux touches tactiles pour le réglage en hauteur en continu. La bonne hauteur d’assise dépend de plusieurs paramètres :

- La longueur de vos jambes
- La hauteur du plan de travail
- Le type d’activité



DE Höhenverstellung
UK Height adjustment
FR Réglage de la hauteur

DE Neigungseinstellung
UK Tilt setting
FR Réglage de l’inclinaison

DE

Mit dem „muvman“ sind Sie in der Sitzhöhe variabel zwischen 48 und 81 cm. Sie sitzen dann in der Höhe richtig, wenn der Sehabstand zur Arbeitsfläche stimmt und wenn Sie ohne zu ermüden arbeiten können.

Unser Tipp: Probieren Sie einfach verschiedene Einstellhöhen aus. So finden Sie am besten heraus, wann Sie sich am wohlsten fühlen.

UK

You can adjust the seat height of the “muvman” between 48 cm and 81 cm. You are at the right sitting height when your eyes are at the correct distance from the worktop and you can work without getting tired.

Our tip: try out different sitting heights. This is the best way to find out at which height you feel most comfortable.

FR

Avec le « muvman », vous pouvez régler la hauteur d’assise entre 48 et 81 cm. Vous êtes assis à la bonne hauteur lorsque la distance visuelle du plan de travail est correcte et que vous pouvez travailler sans fatigue.

Notre conseil : Essayez plusieurs hauteurs de réglage. Vous trouverez ainsi à quelle hauteur vous vous sentez le mieux.

2. Die Einstellung der Neigung der Mittelsäule
Die Mittelsäule des „muvman“ ist grundsätzlich leicht vorgeneigt. Dadurch wird die Kraftkomponente der Beine nach hinten ausgeglichen. Mit der individuell auf Sie abgestimmten Neigung der Mittelsäule vermeiden Sie eine falsche Sitzposition, wie z. B. eine Rundrückenhaltung.

2. Setting the tilt of the spring strut
The spring strut is always slightly tilted. This compensates the legs' natural backward force factor. By setting the tilt of the spring strut to meet your individual sitting requirements you can avoid incorrect sitting positions, which can lead to a hunchback posture, for example.

2. Réglage de l’inclinaison de la colonne médiane
La colonne du « muvman » est réglée d’emblée avec une légère inclinaison vers l’avant. Cela permet de compenser l’effort des jambes vers l’arrière. Avec une inclinaison personnalisée de la colonne médiane, vous pouvez éviter d’être mal assis et d’avoir, par exemple le dos rond.

DE

Die Neigung der Mittelsäule des „muvman“ kann individuell zwischen 3° und 7° variiert werden. Die voreingestellte Neigung bei Auslieferung beträgt 5°.
Eingestellt wird die Neigung über das Handrad an der Unterseite des Standfußes. Man erreicht es leicht, indem man den „muvman“ vorsichtig auf den Boden legt. Dreht man das Handrad in Richtung „+“, verstärkt sich die Vorwärtsneigung der Mittelsäule (6°–7°), dreht man in Richtung „–“, wird die Mittelsäule aufrechter gestellt (4°–3°).

UK

You can set the tilt of the spring strut of the “muvman” individually to an angle of between 3° and 7°. The preset tilt upon delivery is 5°.
You set the tilt using the handwheel on the underside of the foot. You can easily reach this by laying the “muvman” carefully on the floor. Turn the handwheel in the “+” direction for a greater forward tilt of the spring strut (6°–7°), turn it in the “–” direction for less tilt (4°–3°).

FR

L’inclinaison de la colonne médiane du « muvman » peut se régler entre 3° et 7°. L’inclinaison réglée en usine est de 5°.
Le réglage de l’inclinaison se fait par un volant situé sous le socle. Pour l'atteindre, coucher doucement le « muvman » sur le sol. Si l’on tourne le volant vers le « + », l’inclinaison de la colonne médiane vers l’avant augmente (6°–7°), si l’on tourne vers le « – », la colonne se rapproche de la verticale (4°–3°).

Welche Neigung für Sie optimal ist, entscheidet Ihr Gefühl. Setzen Sie sich mittig und mit aufrechtem Oberkörper auf den „muvman“. Wenn Sie jetzt das Gefühl haben, leicht nach vorne zu kippen, dann stellen Sie die Neigung der Mittelsäule etwas aufrechter ein. Wenn Sie unverkrampft „im Lot“ sitzen und sich wohl fühlen, haben Sie die richtige Einstellung gewählt. Generell gilt: Je höher man sitzt, umso weiter nach vorne sollte die Mittelsäule geneigt sein.

It is up to you to feel which tilt is most comfortable for you. Sit on the centre of the “muvman” in an upright position. Now, if you have the feeling of tilting slightly forward, then set the tilt of the spring strut slightly more upright. If you can sit perpendicularly without tensing up and you feel comfortable, then you have selected the right setting. Generally, the higher you sit, the more the spring strut should tilt forward.

C’est votre ressenti qui vous montrera la meilleure inclinaison. Asseyez-vous au milieu du « muvman », le haut du corps bien droit. Si vous avez la sensation de basculer légèrement vers l’avant, réglez l’inclinaison plus proche de la verticale (moins incliné). Si vous êtes assis, détendu, bien vertical, et que vous vous sentez bien, alors le réglage est optimal.
D’une façon générale : Plus on est assis haut, plus il faudrait incliner la colonne médiane vers l’avant.

DE

So verwenden Sie Ihren „muvman“ richtig

1. Aufstellen des „muvman“
Stellen Sie den „muvman“ so auf, dass der flache Teil des Standfußes nach vorne weist. Die Mittelsäule neigt sich dann leicht Ihrem Arbeitsplatz zu.

2. Tragen des „muvman“
Um den „muvman“ von einem Ort zum anderen zu bewegen, fahren Sie die Höheneinstellung ganz nach unten. Am Griff des Sitzes können Sie den „muvman“ bequem über kurze Strecken transportieren. Zum Transport über längere Strecken empfehlen wir Ihnen, den „muvman“ an der Mittelsäule zu fassen, da der „muvman“ dann zwischen Sitz und Standfuß am besten ausbalanciert ist und sich leichter tragen lässt.

UK

How to best use your “muvman”

1. Setting up the “muvman”
Place the “muvman” so that the flat part of the foot is facing forward. The spring strut then tilts slightly forward towards your workplace.

2. Carrying the “muvman”
To carry the “muvman” from one place to another you must set the height to the lowest position possible. You can then pick up the “muvman” with the seat grip and carry it comfortably over short distances. For longer distances we recommend taking the “muvman” by the spring strut, because the “muvman” is then best balanced between seat and foot and is easier to carry.

FR

Comment utiliser le « muvman »

1. Comment placer le « muvman »
Placez le « muvman » avec la partie plate du socle tournée vers l’avant. La colonne médiane est alors légèrement inclinée vers le plan de travail.

2. Comment porter le « muvman »
Pour déplacer le « muvman » d’un endroit à un autre, abaissez l’assise au maximum. La poignée de l’assise vous permet de transporter le « muvman » sur de courtes distances sans difficulté. Pour de plus grande distances, il est conseillé de saisir le « muvman » par la colonne médiane, le poids est alors équilibré entre l’assise et le socle et le siège se transporte plus facilement.

DE

3. VarioSitzen
VarioSitzen bedeutet: Die gesamte Bandbreite der Sitzmöglichkeiten auszunutzen. Immer anders – mal hoch, mal tief, mal zur Seite oder vorwärts geneigt – also sehr variabel zu sitzen. Dass der „muvman“ Ihnen dabei in alle Richtungen folgt, Ihre Bewegungen mitmacht und fördert, kommt Ihrem natürlichen Bedürfnis nach Bewegung entgegen.

Nutzen Sie alle Möglichkeiten, die Ihnen der „muvman“ bietet : Verändern Sie die Sitzhöhe je nach Bedarf, verlagern Sie beim Sitzen Ihr Gewicht, stützen Sie sich mit den Beinen mal nach vorne und mal zur Seite ab... sitzen Sie so „vario“, wie es geht! Damit tun Sie das Beste gegen den Feind Nr. 1 beim Sitzen: den Bewegungsmangel. Wir wünschen Ihnen dabei viel Vergnügen!

UK

3. Variable sitting
Variable sitting means using the complete scope of sitting options. Always different – sometimes high, sometimes low, to the side, tilted forwards – generally sitting in very different positions. Your natural need for movement is fulfilled because the “muvman” follows and supports your every move in any direction.

Use all the options your “muvman” offers. Change the seat height to meet your requirements, shift your weight when sitting, support yourself with your legs – forwards, to the side – and sit as variably as you can. In doing so you’re fighting sitting's No. 1 enemy: lack of movement. We wish you lots of fun!

FR

3. Assise variable
L’assise variable, c’est : Utiliser toute la gamme des possibilités d’assise. Toujours différent – parfois haut, parfois bas, parfois incliné sur le côté ou vers l’avant – c’est le secret d’une assise variable. Le « muvman » vous accompagne dans toutes les directions, suit et stimule vos mouvements, vous aide à satisfaire votre besoin naturel de mobilité.

Utilisez toutes les possibilités que vous offre le « muvman » : Modifiez la hauteur d’assise selon vos besoins, déplacez votre poids sur l’assise, appuyez-vous sur vos jambes, parfois devant vous, parfois sur le côté... asseyez-vous de la façon la plus variable possible ! Vous combattez ainsi votre ennemi numéro 1 en position assise : le manque de mouvement. Nous vous souhaitons une assise agréable !

DE

So pflegen Sie Ihren „muvman“

1. Sitz
Der Sitz des „muvman“ hat eine sehr pflegeleichte, samtige Oberfläche. Trockener Schmutz und Fussel lassen sich leicht absaugen.
Bei leichter Verschmutzung verwenden Sie bitte Wasser und Seifenschaum (Neutralseife). Dazu bitte einen weichen, nicht fusselnden Lappen (keine Zellstofftücher o. ä.) benutzen.

Bei hartnäckigeren Flecken hilft eine Reinigung mit Ethylalkohol. Immer gilt: Den Fleck nicht verreiben, sondern den Schmutz zur Fleckmitte hin schieben und dann abtupfen. Nach jeder Reinigung gründlich mit klarem Wasser nachbehandeln. Auf keinen Fall chlor- oder lösemittelhaltige Reinigungsmittel verwenden.

UK

How to care for your “muvman”

1. Seat
The seat of the “muvman” has a velvety surface that is very easy to clean. Dry dirt and fluff can be easily vacuumed off. Slight soiling can be removed using water and soapsuds (neutral soap). Please use a soft, non-linting cloth (no cellulose cloths or the like).

Stubborn stains can be cleaned with ethyl alcohol. Generally, do not rub the stain, but move the dirt to the centre of the stain and then dab it off. After each cleaning action you should rinse thoroughly with clear water. Never use chlorinated detergents or cleaning agents containing solvents.

FR

Comment entretenir votre « muvman »

1. Assise
L’assise du « muvman » a une surface veloutée, très facile d’entretien. Pour la poussière et les petits bouts de fil, l’aspirateur est idéal. Pour les taches légères, utilisez un peu d’eau et de savon neutre, avec un chiffon souple, non pelucheux (pas de chiffons en cellulose).

Pour les taches rebelles, vous pouvez utiliser un détachant de type éthanol. D’une façon générale, il faut eviter de frotter, mais simplement repousser la saleté vers le centre de la tache, puis tamponner. Après chaque nettoyage, rincer abondamment à l’eau claire. Eviter à tout prix les détergents contenant du chlore ou du solvant.

DE

2. Mittelsäule
Die Mittelsäule ist lackiert und wird am besten mit einem sanften Tuch und einem schonenden Reinigungsmittel oder mit Waschbenzin gereinigt.
3. Standfuß
Dunkle Abriebstreifen von Schuhsohlen beseitigen Sie am besten mit einem weichem Radiergummi oder einem sanften Tuch mit Waschbenzin. Den Kontakt mit Metallabsätzen o. ä. sollten Sie auf jeden Fall vermeiden.

UK

2. Spring strut
The spring strut is coated and therefore best cleaned with a soft cloth and mild detergent or benzine.
3. Foot
Dark marks left by the soles of shoes on the foot are best removed using a soft India rubber or a soft cloth with a drop of benzine. Contact with metal heels and the like should always be avoided.

FR

2. Colonne médiane
La colonne est laquée, il suffit de l'essuyer avec un chiffon doux et un détergent doux, ou un peu d'éther de pétrole.
3. Socle
Les traces foncées dues au frottement des semelles s'enlèvent avec une gomme souple ou un chiffon doux imprégné d'éther de pétrole. Eviter tout contact avec des talons métalliques ou semelles ferrées.

Garantie

Alle aeris-Produkte werden in Deutschland mit größter Sorgfalt und in höchster Qualität gefertigt. Deshalb gewähren wir Ihnen eine Garantiezeit von insgesamt drei Jahren. Schicken Sie dafür bitte die ausgefüllte Garantiekarte in den ersten vier Wochen nach dem Kauf an uns zurück. Diese Garantie gilt nur bei Direkterwerb vom autorisierten aeris-Fachhändler, sie gilt nicht bei Erwerb über Internet-Auktionen.

Guarantee

All aeris products are manufactured in Germany with great care and to the highest standards of quality. That is why we give you a full three-year guarantee. For this all you have to do is fill in the guarantee card and return it to us within four (4) weeks of purchase. This guarantee is valid only for direct purchases from authorised aeris dealers. It is not valid for Internet auction purchases.

Garantie

Tous les produits aeris sont fabriqués en Allemagne avec grand soin et une haute qualité, ce qui nous permet de vous offrir une garantie de trois ans. Pour cela, veuillez nous renvoyer la carte de garantie dans un délai de quatre semaines après votre achat. Cette garantie ne s'applique que pour l'acquisition directe par l'un de nos revendeurs agréés aeris, pas pour les achats sur les sites internet aux enchères.

DE

Die Garantie gilt bei Material- und Funktionsfehlern für alle Originalteile. Ausgenommen von der Garantie sind die übliche Abnutzung von Verschleißteilen und Schäden, die auf unsachgemäße Behandlung zurückzuführen sind (u. a. Pflegefehler, Stoß-, Kratz- und Reißschäden). Die Garantie beginnt ab dem Lieferdatum.

UK

The guarantee covers the materials and functions of all original parts. Damage and/or defects caused by fair wear and tear of expendable parts or by use that is unreasonable or inconsistent with aeris' instructions (including incorrect care, knocks, scratches and tears) are not covered by this guarantee. The guarantee starts as from the date of delivery.

FR

Cette garantie s'applique à tous les défauts de matière et de fonction pour toutes les pièces d'origine. Sont exclus de la garantie l'usure normale des pièce d'usure et les dégâts occasionnés par un traitement inapproprié (erreur d'entretien, coups, griffures, déchirures, etc.). La garantie prend effet à la date de livraison.

Zur Wahrung der Garantieansprüche benötigt aeris im Garantiefall die Rechnung des autorisierten Fachhändlers. Bei Vorliegen eines Garantiefalls leistet aeris nach der Rückgabe des Produktes und Prüfung der Reklamation Reparatur oder Ersatz ohne Berechnung. Lediglich die Transportkosten werden nicht übernommen. Die Garantie kann über den Fachhändler oder direkt bei aeris geltend gemacht werden.

All guarantee claims must be accompanied by the invoice of the authorised dealer. In the case of a valid guarantee claim, after return of the product and inspection of the claim, aeris guarantees repair or replacement without charge. Only the transport costs will be charged. Guarantee claims may be submitted to the authorised dealer or aeris directly.

Pour faire valoir les droits à garantie, aeris a besoin de la facture du revendeur agréé. En cas d'application du droit de garantie, aeris fournit, après retour du produit et vérification de la réclamation, une réparation ou un produit de remplacement sans facturation. Seuls les frais de transport restent à votre charge. La réclamation liée à la garantie peut être faite par l'intermédiaire du revendeur ou directement auprès d'aeris.

aeris®
Leben in Bewegung

aeris-Impulsmöbel
GmbH & Co. KG
Ahrntaler Platz 2–6
D-85540 Haar bei München

Fon +49 (0) 89-90 05 06- 0
Fax +49 (0) 89-90 39 39- 1
e-Mail info@aeris.de
www.aeris.de

“muvman” and aeris are registered trademarks of
aeris-Impulsmöbel GmbH & Co. KG

070100BA0190